

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte [hier](#).



Hallo {VORNAME[std:liebe Leserin, lieber Leser,]},

in diesem Newsletter erzählt Susanne Undisz von ihrem Weg in die Selbstständigkeit und weshalb sie Kooperationen schätzt.

Außerdem findest Du hier aktuelle Veranstaltungstipps, Infos und Neuigkeiten für Gründerinnen und Unternehmerinnen.



Foto: © Grit Hiersemann

Role Model und Mutmacherin des Monats!

Um Sichtbarkeit und Präsenz in der öffentlichen Wahrnehmung geht es, wenn wir erfolgreiche Gründerinnen und Unternehmerinnen vorstellen. Sie berichten von ihren Erfahrungen, geben Tipps und möchten Frauen ermutigen und inspirieren, ihren eigenen Weg zu gehen.

Liebe Susanne, am 1. April 2024 bist Du bereits seit 2 Jahren mit Deinem Unternehmen [In Melody](#) im Vollerwerb am Markt. Herzlichen Glückwunsch von uns an dieser Stelle zum Jubiläum!

Als Strategieberaterin für beseeltes Marketing begleitest Du Unternehmen dabei, mehr Sichtbarkeit zu erlangen. Dazu verbindest Du Deine Erfahrungen aus den Feldern Öffentlichkeitsarbeit und Marketing mit Deiner Hochsensibilität. Zur Beratung bist Du mit Deinen Kund:innen auch in der Natur unterwegs.

Wie war Dein Weg in die Selbstständigkeit und was hat Dich motiviert, Unternehmerin zu werden?

Ich habe über 10 Jahre als Angestellte im Feld Wissenschaft gearbeitet, 2 Jahre auch in einem Unternehmen. In dieser Zeit habe ich vor allem Öffentlichkeitsarbeit und Marketing gemacht, aber auch Projektmanagement und eine Promotion über den Beruf *Wissenschaft* geschrieben. Der Umbruch kam für mich 2021 mitten in der Corona-Krise. Dort zeigte sich meine Hochsensibilität sehr deutlich. Mein Körper gab mir ganz klar zu verstehen, dass sich etwas ändern muss.

Ich habe immer schon gespürt, dass ich an vielen Stellen mit meiner Neugier und Lust an Veränderung als Angestellte eher anecke. Aber auch mein sehr feines Gespür für Probleme und Verbesserungsmöglichkeiten war nicht immer leicht für Kolleginnen und Kollegen. Deshalb entschied ich mich 2021, meine Hochsensibilität nicht länger als Einschränkung zu leben, sondern sie in der Selbstständigkeit mit meinem Marketing- und Kommunikationswissen zu verbinden. Jetzt darf ich ständig neugierig sein, mich mit tollen Menschen im Unternehmerumfeld vernetzen und meine Kund:innen ins Spüren und in die eigene Kraft mit ihrem Unternehmen führen.

Was macht für Dich Kooperationen so wertvoll und wie/ wo findest Du Deine Kooperationspartner:innen?

Ich bin ein sehr kreativer Mensch und liebe es, neue Ideen zu entwickeln. Mit anderen Menschen zu Brainstormen ist für mich jedes Mal ein Fest. Gemeinsam durch die verschiedenen Kompetenzen werden Ideen noch viel kraftvoller.

Ich liebe es zu Netzwerken und dabei spannende Menschen kennenzulernen, die mir eine neue Perspektive geben. Diese finde ich vor allem in kleineren Runden in Co-Working Spaces wie dem Sobaexa in Jena oder in Gera beim Netzwerk-Frühstück. Bei on- und offline Netzwerk-Veranstaltungen von ThEx FRAUENSACHE. habe ich auch schon so viele inspirierende Unternehmerinnen kennengelernt.

Als extra Prise kommt durch meine Hochsensibilität ein gutes Gespür für die Bedürfnisse und auch Grenzen anderer Menschen hinzu. Das hilft sehr beim Zusammenarbeiten. Ich folge da gern auch meinem Bauchgefühl, das mir zeigt, welche Menschen zu mir passen. Das klärt sich oft in den ersten Sekunden und hält meist sehr lange. Daraus entstehen oft regelmäßige 1:1

Treffen, in denen wir uns gegenseitig auf unserem Weg unterstützen.

Deine drei Tipps für (Vor-)Gründerinnen

1. Sei mutig und geh los mit deiner Idee. Warte nicht zu lange, sondern probiere aus und teste mit potentiellen Kunden, was klappt. So erfährst du am schnellsten, was sie genau brauchen. Deine Angebote holen deine Kunden so direkt bei ihren Herausforderungen ab. Wirf Perfektion über Bord und geh für dich und dein Business los!
2. Suche dir gute Netzwerke, die dich unterstützen und dir Kraft geben. Für mich ist es immer wieder hilfreich, meine Energie in einem unternehmerischen Umfeld aufzutanken. Dort bekomme ich auch gute Ideen für Tools oder Beratungsmöglichkeiten. Lass dich unterstützen!
3. Zeig dich in deinem Besonders-Sein. Gerade das macht dich mit deinem Business anziehend. Die Ecken und Kanten sind das, was im Gedächtnis bleibt und dich für dein Gegenüber interessant macht. Du als Person hinter deinem Business bist wichtig und hast etwas Besonderes mit deiner Mission und Vision zu sagen. Lass uns daran teilhaben.

Ihr findet Susanne auf [Instagram](#) und auf [LinkedIn](#).

Netzwerkipp

Teile Dein Netzwerk mit anderen

Gutes Netzwerken kann auch bedeuten, das eigene Netzwerk oder eigene Kontakte zu teilen. Wenn Du den Eindruck hast, zwei sich unbekannte Personen aus Deinem Netzwerk könnten beruflich gut zueinander passen, z.B. weil eine Person das sucht, was die andere anbietet, bring die beiden zusammen, vernetze sie miteinander. Das ist das Schöne am Netzwerken: wenn Du merkst, Du kannst etwas "reingeben" und andere unterstützen.

In unserer geschlossenen Facebook-Gruppe ([bitte anmelden](#)) und auf unserem [Instagram-Kanal](#) gibt es viele Tipps rund um das Thema *Netzwerken*.

Wenn Du Impulse für Netzwerke suchst, nutze gern unseren [Netzwerk-O-Mat](#) oder kontaktiere uns. Viele weitere Praxistipps kannst Du Dir auf dem [YouTube Kanal](#) anschauen.

Gründerinnenbefragung - Was den Nebenerwerb im Alltag herausfordernd macht und Lösungsansätze dafür

Im letzten Newsletter war unsere These, dass sich durch die Selbstständigkeit im Nebenerwerb die Bedürfnisse nach Sicherheit und Selbstverwirklichung einerseits durch den Teilzeit-Job und andererseits durch Gründung vereinen lassen. So erklären wir uns die deutlich höhere Zahl der Gründungen im Nebenerwerb gegenüber derer im Haupterwerb. Was die Selbstständigkeit im Nebenerwerb aber gleichzeitig auch sehr herausfordernd machen kann, erzählte uns Prof. Dr. Laura Weitze, Lotsin für erfüllte Wissenschaftskarrieren, in unserem Insta live am 14. März 2024:

"Auf zwei Hochzeiten zu tanzen, ist "selbstgewähltes Leid". Es ist wie zwei Hauptjobs, einer fällt phasenweise hinten runter." Lauras Tipp daher: "Es braucht viel Klarheit und eine gute Struktur, dazu darf man gütig sein mit sich und im Vertrauen, dass das Richtige zur richtigen Zeit kommt".

Das ganze Interview mit [Laura](#) könnt Ihr auf unserem [Instagram-Kanal](#) sehen.

Die Zusammenfassung der Ergebnisse unserer Gründerinnenbefragung 2022 findest Du auf unserer [Website](#).

Making of ... *Innovationsreise* für Gründerinnen und Unternehmerinnen

Stimmen alle Termine, ist unser Text in der Ausschreibung verständlich, welche Reihenfolge macht Sinn und dann die Endredaktion – da stehen wir gerade und planen, Ende März unsere Ausschreibung für die Innovationsreise online zu stellen. Wenn Ihr mögt, merkt Euch schonmal den 02.08.2024 vor. An diesem Tag werden wir das Programm vorstellen, und Ihr habt die Möglichkeit, die Menschen und Instrumente dahinter kennenzulernen. Erst mal ganz unverbindlich, die Entscheidung zur Teilnahme darf dann im Nachgang erfolgen. Wir starten Ende Oktober mit dem ersten Modul.

Bist Du gespannt und interessiert, mit auf die Reise zu gehen? Wir halten Dich hier im Newsletter auf dem Laufenden. Voraussichtlich Ende März lassen wir die Ausschreibung in die Welt losziehen, sprich: Du bekommst konkrete Infos und kannst Dich bewerben; darauf freuen wir uns.

Kommende Veranstaltungstermine von ThEx FRAUENSACHE.

05.04.2024 [Digitales Gründerinnentreffen](#), online, 10 -11:10 Uhr

15.04.2024 [Abenteuer Selbstständigkeit mit Kind](#), Dingelstädt, 13 - 18 Uhr,
mit Kinderbetreuung

14.05.2024 [Netzwerk-Chat für Gründerinnen & Unternehmerinnen](#), online,
12:30 - 14:00 Uhr

[Alle Veranstaltungen des Thüringer Zentrum für Existenzgründung und Unternehmertum \(ThEx\).](#)

ThEx FRAUENSACHE. ist ein Projekt der:

K. Beratungs- und
Projektentwicklungsgesellschaft mbH



Gefördert durch:



Kofinanziert von der
Europäischen Union

Freistaat
Thüringen



Ministerium
für Wirtschaft, Wissenschaft
und Digitale Gesellschaft

ThEx FRAUENSACHE.

Projektadresse:

Gustav-Freytag-Str. 1

99096 Erfurt

[FRAUENSACHE. Homepage](#)

[Netzwerk-O-Mat](#)

newsletter@thex-frauensache.de

Wir stehen für Offenheit, Vielfalt und Toleranz!

Ein Projekt der

K. Beratungs- und Projektentwicklungsgesellschaft mbH

Geschäftsführerin Anne Kolling

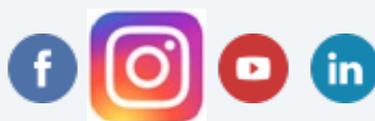
Bodelschwinghstr. 80

99425 Weimar

[Impressum](#)

[Datenschutz](#)

Findet uns auf



K. Beratungs- und Projektentwicklungsgesellschaft mbH

Anne Kolling

Bodelschwinghstr. 80

99425 Weimar

Deutschland

newsletter@thex-frauensache.de

www.thex-frauensache.de

CEO: Anne-Kristin Kolling

Wenn Sie diese E-Mail (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese [hier](#) kostenlos abbestellen.